



BOUGEZ VARIÉ ET RESTEZ SUR VOS DEUX PIEDS



Activités physiques adaptées en intérieur et extérieur :
Activités Gymniques d'entretien (renforcement musculaire, équilibre, souplesse...)
Marche, marche nordique, Free Fit, Bilan Forme,...
Pour les personnes de 60 ans et +

**TOUS LES VENDREDIS DE 15H45 À 16H45
À PARTIR DU 10 SEPTEMBRE 2021
INFORMATIONS : RÉGINE JAECK
06 30 78 41 82**

Lieu : Maison des associations de Sausheim



Avec le soutien de la Conférence des Financeurs